



# だれもが豊かにくら

まちの中<sup>なか</sup>には、さまざまなバリア<sup>しょうへき</sup>（障壁）があります。  
段差<sup>だんさ</sup>などのハード<sup>めん</sup>面のバリアと、偏見<sup>へんけん</sup>や思い込み<sup>おもこ</sup>などの

## エレベーターでしか 上下移動できない人がいます

### なぜ困ってるのかな？

優先エレベーターがあっても、乗れないことがあるんです。

『場所をとるから、次に乗ってもらえますか』と言われ、誰も譲ってくれないこともあります。



**「心のバリアフリー」とは、**さまざまな心身の特性や考え方を持ったすべての人が相互に理解を深めようとすること。

● 障害のある人への社会的障壁を取り除くのは社会の責務であるという「障害の社会モデル」を理解すること。

● 障害のある人及びその家族への差別を行わないこと。

● 多様な他者とコミュニケーションする力を養い、すべての人が抱える困難や痛みを想像し共感する力を培うこと。

# していくために

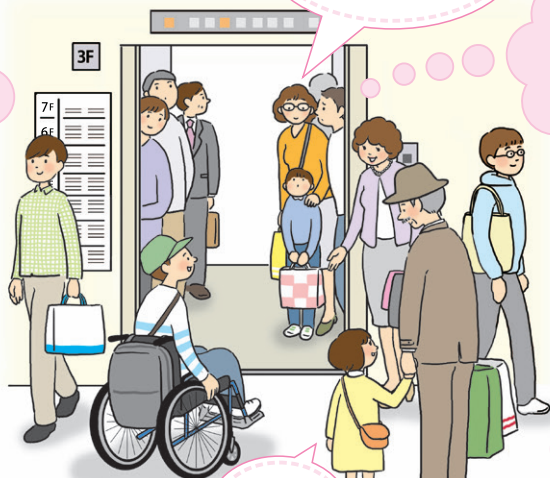
だれもが豊かにくらししていくためには  
心のバリアをなくす必要があります。

どうしたら乗れたかな？

私たちが  
もっと奥に詰めれば  
乗れるかな

手前の私が  
降りたから、  
車いすの人は  
乗れるかな

もっと  
エレベーターが  
大きければ  
よいのに…



次に  
しない？

エスカレーターや  
階段が使えるから  
降りよつと

段差などのハード面のバリアを私たちが  
すぐに取り除くことは難しいよね。でも、困っ  
ている人への理解やサポートなど、  
心のバリアフリーは私たちにもで  
きるよね。



この冊子では

私たちが理解やサポートにつなげるための  
3つのポイントを紹介します。

## 困っていることに気づいてください ～身近なところで困っている人がいます～



**目が不自由な人**は、  
信号が見えないので、安全に渡れるか  
信号の状況がわかりません。

**ベビーカー利用者**は、  
外出時に荷物が多く、階段を使う時や  
バスの乗降時などが大変です。

### 外見から分からない 障害がある人もいます。

そのほか、外国人など まちには  
さまざまな人が暮らしています。



### コラム 白杖SOSシグナル

視覚障害者が、周囲の助力を求める必要がある場合に、白杖を頭上に掲げて、周りの人から手助けをしてもらうための助けを求める意思表示の手段です。 参考: (社福) 日本盲人会連合ホームページ

## 声をかけます

まちで困っていそうな人に気づいたら、私たちからひと声かけると、心のバリアもなくなります。

何か持ちましようか？

荷物を持っていただけますか



## 自分の思い込みではなく、相手に聞きます

必要な配慮は、人により異なるため、必要としている配慮を相手に確認します。

必要ないときは断られるかもしれませんが、『必要がなかったんだ』と安心してください。

私にもできます

## 同伴者でなく本人と話します

同伴者などに伝えるのではなく、視線を合わせて、直接本人と話して要件や必要な配慮を聞きます。

直接話せない場合でも、同伴者を交えて、相手の意思を尊重する姿勢が大切です。

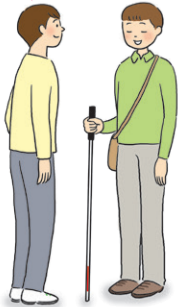


## 相手の依頼内容に応じ、行動します

何かお手伝い  
しましょうか？

腕を持たせて  
いただけますか

どうぞ



自分の思い込みでの  
対応は避けましょう



いきなり手や  
白杖を持つては  
いけません

こっち  
こっち！



耳が聞こえ  
ないので  
書いてもらえ  
ますか？

いい  
ですよ



大きな声が良いとは  
限りません



### コラム

### エレベーターを上手に使うために

エレベーターでしか移動できない  
人のことを考えて、自分が使える階  
段やエスカレーターで移動すること  
も、バリア（障壁）をなくすことに  
繋がります。

参照：新宿区「ユニバーサルデザインガイドブック4」



こんな取り組みもあります!



「おたすけマーク」

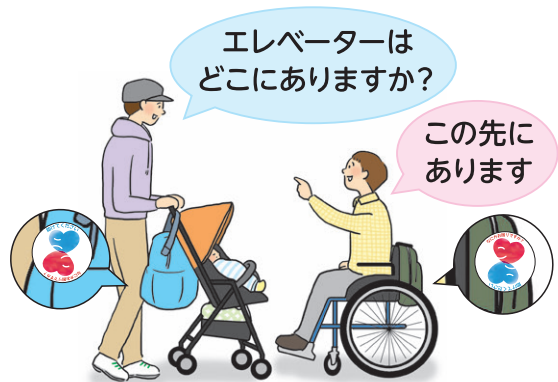
障害のある人が、  
できることもあります。  
このプロジェクトは将来マークが無くてもよい社会を目指します。



## お互いに声をかけやすくする工夫

《新宿区民の「おたすけマークプロジェクト」の事例》

「おたすけマーク」は困っている人をサポートしたい人や、サポートしてもらいたい人がつながりやすくする工夫をしたマークです。



## ヘルプマーク (JIS規格)

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることができるマークです。



「ヘルプマーク」

じぶん おも こ 自分で思い込みではなく、相手<sup>あいて</sup>を理解し、サポート<sup>たいせつ</sup>することが大切だね。

そうすれば社会<sup>しゃかい</sup>のバリア<sup>ゆた</sup>を減らすことができ、だれもが豊かにくらししていくことにつながるね。



だれいどうりよう  
「誰もが移動しやすく、利用しやすく、  
わかりやすいまち」の実現のために

# ユニバーサルデザインガイドブック シリーズ10冊

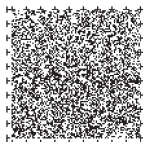
区民参加型ワークショップにて、実際の現場体験を通じた検討や意見交換を行い、利用者、生活者の視点からUDまちづくりのポイントをガイドブックとしてシリーズ化しています。



編集・発行 新宿区 都市計画部 都市計画課  
〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1  
電話：03-5273-3527 FAX：03-3209-9227

デザイン 株式会社アークポイント  
有限会社レゾナ  
イラスト 白玉社 杉野悦子

新宿区 UDのまちづくり 検索



左のコードは目の不自由な人などへの情報提供に役立てられている音声コードです。横の切欠きは音声コードの位置を示します。

印刷物制作番号  
2018-10-4001

平成31年3月